

มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคผนวก

Burapha University

**ภาคผนวก ก**

- หนังสือขอตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ
- หนังสือขอใช้ชื่อกลุ่มตัวอย่างในการทำวิจัย
- หนังสือขอเก็บข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือเพื่อการวิจัย
- รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ



ที่ ศธ 0528.03/0574

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา  
169 ถ.ลงหาดบางแสน ต.แสนสุข  
อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

10 มีนาคม 2551

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัย  
เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เฉลิมวงศ์ วัฒนสมุทร  
สิ่งที่ส่งมาด้วย เค้าโครงย่อวิทยานิพนธ์ และเครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางวันวิสาข์ หยกสิทธิชัยกุล นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร  
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์  
เรื่อง ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงต่อความวิตกกังวลของพนักงานกู้ภัยที่เตรียม  
ออกปฏิบัติงาน ณ จุดเกิดเหตุ ในความควบคุมดูแลของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระพีพันธ์ ฉายวิมล  
ประธานกรรมการ ขณะนี้อยู่ในขั้นตอนการสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย ในการนี้บัณฑิตวิทยาลัยได้  
พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องดังกล่าวเป็นอย่างดี จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านใน  
การตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือเพื่อการวิจัยของนิสิตในครั้งนี้

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า  
คงจะ ได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

ผู้วิจัยโทร. 08-1306-6153



ที่ ๐๕ ๐๕๒๘.๐๓/๒๕๕๑

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา  
169 ถนนลงหาดบางแสน ต.แสนสุข  
อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

30 เมษายน 2551

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ขอใช้ชื่อกลุ่มตัวอย่างในการทำวิทยานิพนธ์  
เรียน ประธานหน่วยกฤษฎิ์มูลนิธิธรรมรัศมีมีรัตน์

ด้วยนางวันวิสาข์ หยกสิทธิชัยกุล นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตร-  
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์  
เรื่องผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ต่อความวิตกกังวลของพนักงานหน่วยกฤษฎิ์ที่เตรียม  
ออกปฏิบัติงานกฤษฎิ์ ณ จุดเกิดเหตุ ในความควบคุมดูแลของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระพีพันธ์ ฉายวิมล  
ประธานกรรมการ มีความประสงค์ขอความอนุเคราะห์จากท่าน เพื่อขอใช้ชื่อพนักงานหน่วยกฤษฎิ์มักร  
เป็นกลุ่มตัวอย่างในการทดลองทำกลุ่มในรายวิชาวิทยานิพนธ์ การศึกษาในครั้งนี้จะไม่มีผลกระทบ  
ต่อกลุ่มตัวอย่างและหน่วยงานของท่านและข้อมูลที่ได้จากการทดลองจะเปิดเผยในภาพรวมที่เป็น  
การสรุปผลการวิจัยเท่านั้น

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า  
กองจะ ได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานเลขานุการบัณฑิตวิทยาลัย

โทรศัพท์ 0-3874-5855

โทรสาร 0-3839-3466

ผู้วิจัยโทร. 08-1306-6153



ที่ ศธ 0528.09/๒5๑

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา  
169 ถ.ลงหาดบางแสน ต.แสนสุข  
อ.เมือง จ.ชลบุรี 20131

1A กรกฎาคม 2551

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือการวิจัย

เรียน ประธานมูลนิธิธรรมรศมีมณีนีรัตน์

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วย นางวันวิสาข์ พยัคสิทธิ์ชัยกุล นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา หลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ผลการให้คำปรึกษาทูลุ่มแบบเผชิญความจริง ต่อความวิตกกังวลของพนักงานหน่วยกู้ภัยที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ในความควบคุมดูแลของ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระพีพันธ์ ฉายวิมล ประธานกรรมการ มีความประสงค์ขออนุญาตความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก หน่วยกู้ภัยมังกร ในเขตอำเภอพานทอง จังหวัดชลบุรี ที่มีประสบการณ์ในการทำงานกู้ภัยไม่เกิน 6 เดือน จำนวน 50 คน โดยผู้วิจัยจะขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 21 กรกฎาคม 2551 ถึงวันที่ 31 กรกฎาคม 2551

อนึ่ง โครงการวิจัยนี้ได้ผ่านขั้นตอนการพิจารณาทางจริยธรรมการวิจัยของมหาวิทยาลัยบูรพา เรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อ โปรดพิจารณา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า  
จะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.มนตรี แยมกสิกร)

กณบดีคณะศึกษาศาสตร์

ปฏิบัติการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยบูรพา

สำนักงานเลขานุการ คณะศึกษาศาสตร์

โทรศัพท์ 0-3810-2002

โทรสาร 0-3839-1043

ตู้วิจัยโทร. 08-1-00-6153

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบความเที่ยงตรงของเครื่องมือ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เฉลิมวงศ์ วัฒนสุนทร รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยศรีปทุม  
วิทยาเขตจังหวัดชลบุรี
2. นายแพทย์ทรงสิทธิ์ อุดมสิน อาจารย์พิเศษ ภาควิชาวิจัยและ  
จิตวิทยาประยุกต์  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
3. ดร.ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน อาจารย์ประจำคณะสังคมศาสตร์  
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
4. ดร.จิตรา คุณฎีเมธา อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร

มหาวิทยาลัยบูรพา  
Burapha University

ภาคผนวก ข

- เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ค่าอำนาจการจำแนกของเครื่องมือ

- แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีเชฟเฟ

แบบวัดความวิตกกังวลที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ  
ของพนักงานหน่วยกู้ภัย

ประสบการณ์ในการปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ไม่เกิน 6 เดือน

แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย X ลงในช่อง  หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ  ชาย  หญิง
2. อายุ .....ปี
3. การศึกษา  ไม่ได้รับการศึกษา  
 จบการศึกษาชั้น.....
4. ศาสนา  พุทธ  คริสต์  
 อิสลาม  อื่น ๆ โปรดระบุ.....

(แบบวัดความวิตกกังวล ครั้งที่.....)

แบบวัดความวิตกกังวลที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุของพนักงานหน่วยกู้ภัย  
คำชี้แจง เอกสารชุดนี้เป็นข้อความที่เป็นแบบวัดเกี่ยวกับความวิตกกังวลของท่าน  
วัตถุประสงค์ เพื่อต้องการทราบความวิตกกังวลของท่านที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ  
ข้อความเหล่านี้ไม่มีถูกหรือผิด ขอให้ท่านตอบความรู้สึกที่เป็นจริง โดยใส่  
เครื่องหมาย/ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านและกรุณาตอบให้ครบทุกข้อ

ขณะที่ท่านเตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ท่านรู้สึกอย่างไร	ไม่เคย	มีบ้าง	ปานกลาง	มาก
1. ฉันรู้สึกสงบขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
2. ฉันรู้สึกปลอดภัยขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
3. ฉันรู้สึกดีเกี่ยวกับเรื่องการใช้ภาษาวิทยุสื่อสารในที่เกิดเหตุ ขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
4. ฉันรู้สึกท้อแท้กับการจัดการในความปลอดภัยของทรัพย์สินของผู้ได้รับบาดเจ็บในที่เกิดเหตุ ขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
5. ฉันรู้สึกผ่อนคลายขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
6. ฉันรู้สึกหงุดหงิดขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
7. ฉันกังวลไปก่อนว่าอาจเกิดเหตุการณ์ร้าย ๆ ขึ้นในเรื่องความปลอดภัยในการจัดการจราจรในที่เกิดเหตุ ขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
8. ฉันรู้สึกพึงพอใจขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				

ขณะที่ท่านเตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ท่านรู้สึกอย่างไร	ไม่เคย	มีบ้าง	ปานกลาง	มาก
9. ฉันรู้สึกตื่นกลัวขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
10. ฉันรู้สึกสุขกายสุขใจขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
11. ฉันรู้สึกมั่นใจว่าสามารถให้การช่วยเหลือเบื้องต้นและการนำส่ง โรงพยาบาล ด้วยความรวดเร็วทันเวลาขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
12. ฉันรู้สึกตื่นเต้นขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
13. ฉันรู้สึกกระวนกระวายก่อนการเตรียมออกไปปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
14. ฉันรู้สึกถึงเลขขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
15. ฉันมีความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
16. ฉันรู้สึกดีกับตนเองที่จะได้ไปช่วยผู้อื่นขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
17. ฉันกำลังวิตกกังวลเรื่องความรู้ในการให้การปฐมพยาบาลเบื้องต้นในที่เกิดเหตุ ขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
18. ฉันรู้สึกสับสนทำอะไรไม่ถูกขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
19. ฉันรู้สึกมั่นคงมีสติในทุกขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				
20. ฉันรู้สึกสบายใจขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ				

ตารางที่ 11 ค่าจำแนกและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออก  
ปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุเป็นรายข้อ

ข้อ	ค่าอำนาจจำแนก
1	.78
2	.64
3	.67
4	.76
5	.75
6	.75
7	.49
8	.53
9	.73
10	.46
11	.70
12	.76
13	.53
14	.65
15	.40
16	.52
17	.69
18	.58
19	.58
20	.51

แบบวัดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุมีค่าความเชื่อมั่น  
ทั้งฉบับเท่ากับ .87

การวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีเซฟเฟ (Scheffe')

1. หาค่า  $Sf$  ของกลุ่มควบคุมทั้ง 3 กลุ่ม ซึ่งสามารถจับเป็นรายคู่ได้ 3 รายคู่ ดังนี้

$MSw$  = ค่าเฉลี่ยของความแปรปรวนภายในกลุ่ม

$n_i, n_j$  = จำนวนตัวอย่างในกลุ่มที่  $i$  และ  $j$

$N$  = จำนวนตัวอย่างทั้งหมด

$k$  = จำนวนกลุ่ม

ค่า  $F(\alpha, k-1, N-k)$  ได้มาจากการเปิดตาราง  $F$  ที่  $\alpha = .05, df_1 = k-1, df_2 = N-k$

1.1 ผลคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลเป็นรายคู่ของพนักงานหน่วยกู้ภัยในกลุ่มควบคุม

ระหว่างระยะก่อนการทดลอง กับระยะหลังการทดลอง

$$\begin{aligned}
 \text{จากสูตร } Sf &= \sqrt{(k-1)F_{(\alpha, k-1, N-k)}} \sqrt{MSw \left( \frac{1}{n_i} + \frac{1}{n_j} \right)} \\
 Sf_{\text{Pre, Post}} &= \sqrt{(2-1)F_{(0.05, 1, 14)}} \sqrt{8.633923 \left( \frac{1}{8} + \frac{1}{8} \right)} \\
 &= \sqrt{1 \times 3.829369} \sqrt{8.633923 \times (0.125 + 0.125)} \\
 &= \sqrt{3.829369} \sqrt{8.633923 \times 0.25} \\
 &= \sqrt{3.829369} \sqrt{2.158482} \\
 &= 1.956877 \times 1.469177 \\
 &= 2.88
 \end{aligned}$$

1.2 ผลคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลเป็นรายคู่ของพนักงานหน่วยกู้ภัยในกลุ่มควบคุมระหว่างระยะก่อนการทดลอง กับระยะติดตามผล

$$\begin{aligned}
 \text{จากสูตร} \quad Sf &= \sqrt{(k-1)F_{(\alpha, k-1, N-k)}} \sqrt{MSw \left( \frac{1}{n_i} + \frac{1}{n_j} \right)} \\
 Sf_{\text{Pre, Follow}} &= \sqrt{(2-1)F_{(0.05, 1, 14)}} \sqrt{8.410714 \left( \frac{1}{8} + \frac{1}{8} \right)} \\
 &= \sqrt{1 \times 7.609342} \sqrt{8.410714 \times (0.125 + 0.125)} \\
 &= \sqrt{7.609342} \sqrt{8.410714 \times 0.25} \\
 &= \sqrt{7.609342} \sqrt{2.102679} \\
 &= 2.758504 \times 1.450062 \\
 &= 4.00
 \end{aligned}$$

1.3 ผลคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลเป็นรายคู่ของพนักงานหน่วยกู้ภัยในกลุ่มควบคุมระหว่างระยะหลังการทดลอง กับระยะติดตามผลการทดลอง

$$\begin{aligned}
 \text{จากสูตร} \quad Sf &= \sqrt{(k-1)F_{(\alpha, k-1, N-k)}} \sqrt{MSw \left( \frac{1}{n_i} + \frac{1}{n_j} \right)} \\
 Sf_{\text{Post, Follow}} &= \sqrt{(2-1)F_{(0.05, 1, 14)}} \sqrt{2.348214 \left( \frac{1}{8} + \frac{1}{8} \right)} \\
 &= \sqrt{1 \times 2.155894} \sqrt{2.348214 \times (0.125 + 0.125)} \\
 &= \sqrt{2.155894} \sqrt{2.348214 \times 0.25} \\
 &= \sqrt{2.155894} \sqrt{0.587054} \\
 &= 1.468296 \times 0.766194 \\
 &= 1.12
 \end{aligned}$$

2. หาค่า Sf ของกลุ่มทดลองทั้ง 3 กลุ่ม ซึ่งสามารถจับเป็นรายคู่ได้ 3 รายคู่  
ดังนี้

2.1 ผลคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลเป็นรายคู่ของพนักงานหน่วยกู้ภัยในกลุ่มทดลอง  
ระหว่างระยะก่อนการทดลอง กับระยะหลังการทดลอง

$$\begin{aligned}
 \text{จากสูตร } Sf &= \sqrt{(k-1)F_{(\alpha, k-1, N-k)}} \sqrt{MSw \left( \frac{1}{n_i} + \frac{1}{n_j} \right)} \\
 Sf_{\text{Pre, Post}} &= \sqrt{(2-1)F_{(0.05, 1, 14)}} \sqrt{13.5625 \left( \frac{1}{8} + \frac{1}{8} \right)} \\
 &= \sqrt{1 \times 241.6636} \sqrt{13.5625 \times (0.125 + 0.125)} \\
 &= \sqrt{241.6636} \sqrt{13.5625 \times 0.25} \\
 &= \sqrt{241.6636} \sqrt{3.390625} \\
 &= 15.54553 \times 1.841365 \\
 &= 28.63
 \end{aligned}$$

2.2 ผลคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลเป็นรายคู่ของพนักงานหน่วยกู้ภัยในกลุ่มทดลอง  
ระหว่างระยะก่อนการทดลอง กับระยะติดตามผลการทดลอง

$$\begin{aligned}
 \text{จากสูตร } Sf &= \sqrt{(k-1)F_{(\alpha, k-1, N-k)}} \sqrt{MSw \left( \frac{1}{n_i} + \frac{1}{n_j} \right)} \\
 Sf_{\text{Pre, Follow}} &= \sqrt{(2-1)F_{(0.05, 1, 14)}} \sqrt{22.91071 \left( \frac{1}{8} + \frac{1}{8} \right)} \\
 &= \sqrt{1 \times 154.5238} \sqrt{22.91071 \times (0.125 + 0.125)} \\
 &= \sqrt{154.5238} \sqrt{22.91071 \times 0.25} \\
 &= \sqrt{154.5238} \sqrt{5.727679} \\
 &= 12.43076 \times 2.393257 \\
 &= 29.75
 \end{aligned}$$

2.3 ผลคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลเป็นรายคู่ของพนักงานหน่วยกู้ภัยในกลุ่มทดลอง ระหว่างระยะหลังการทดลอง กับระยะติดตามผลการทดลอง

$$\begin{aligned}
 \text{จากสูตร} \quad S_f &= \sqrt{(k-1)F_{(\alpha, k-1, N-k)}} \sqrt{MSw \left( \frac{1}{n_i} + \frac{1}{n_j} \right)} \\
 S_{f_{\text{Post, Follow}}} &= \sqrt{(2-1)F_{(0.05, 1, 14)}} \sqrt{34.77679 \left( \frac{1}{8} + \frac{1}{8} \right)} \\
 &= \sqrt{1 \times 0.145571} \sqrt{34.77679 \times (0.125 + 0.125)} \\
 &= \sqrt{0.145571} \sqrt{34.77679 \times 0.25} \\
 &= \sqrt{0.145571} \sqrt{8.694196} \\
 &= 0.381538 \times 2.948592 \\
 &\leq 1.12
 \end{aligned}$$

ภาคผนวก ค

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงต่อความวิตกกังวลที่เตรียมออก  
ปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุของพนักงานหน่วยกู้ภัย

## โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p><b>กิจกรรมครั้งที่ 1</b></p> <p>ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธ์ภาพ</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา</li> <li>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการ และบทบาทของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา กระบวนการให้คำปรึกษา ตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลาที่เข้าร่วมโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงต่อความวิตกกังวลของพนักงานหน่วยกู้ภัยที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุกำหนดการทดลองครั้งที่ 1-10 รวมทั้งสถานที่และเวลาในการทดลอง</li> <li>3. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัย ได้รู้จักกัน มีความคุ้นเคยเป็นกันเอง ไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษา</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับและทักทายสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาพร้อมกันแนะนำตนเองและให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้แนะนำตนเอง</li> <li>2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการของการเข้าร่วม โปรแกรม รวมถึงกำหนดการ บทบาทของผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษารวมทั้งประโยชน์ที่เขาจะได้รับ</li> <li>3. ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ถามเกี่ยวกับรายละเอียดที่ได้ชี้แจง</li> <li>4. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทำกิจกรรม “นี่แหละฉัน”</li> <li>5. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปกลุ่มการให้คำปรึกษาร่วมกับสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป</li> </ol>

หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p><b>กิจกรรมครั้งที่ 2</b> สร้างสัมพันธภาพ และสำรวจปัญหา ของสมาชิกกลุ่ม</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่าง ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่มผู้รับ คำปรึกษา</li> <li>2. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิก กลุ่มผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึก อบอุ่นปลอดภัย คำนึงเป็นกันเอง ไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษาและเสริม กำลังใจในการลดความวิตกกังวลซึ่ง กันและกัน</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้ สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้มี สัมพันธภาพกันระหว่างสมาชิกใน กลุ่มและสร้างความคุ้นเคยระหว่าง ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่มผู้รับ คำปรึกษาโดยการให้สมาชิก สนทนาในเรื่องต่างๆไป</li> <li>2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้สมาชิก กลุ่มผู้รับคำปรึกษาทราบและเข้าใจ วัตถุประสงค์ วิธีการของการเข้า ร่วมโปรแกรมและข้อตกลงอีกครั้ง</li> <li>3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่ม ผู้รับ คำปรึกษาได้ทำกิจกรรม “สิ่งใดคู่กัน ได้บ้าง”</li> <li>4. ผู้ให้คำปรึกษาเปิด โอกาสให้ สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ ระบายความรู้สึกในการที่เตรียมตัว ออกปฏิบัติงาน ณ จุดเกิดเหตุ โดย เล่าเรื่อง “เรื่องเล่าชาวกู้ภัย” ให้ สมาชิกในกลุ่มฟัง</li> <li>5. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่ม ผู้ให้คำปรึกษาสรุปกลุ่มการให้ คำปรึกษาและนัดหมายให้ คำปรึกษาครั้งต่อไป</li> </ol>

หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p>กิจกรรมครั้งที่ 3-4</p> <p>กิจกรรมครั้งที่ 3</p> <p>สำรวจปัญหาความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงาน กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ</p>	<p>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา ระบายความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงาน กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ และได้รับกำลังใจว่าตนสามารถลดความวิตกกังวลได้</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา ตระหนักถึงความสำคัญของ ปัญหา</p> <p>3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา ได้มีโอกาสสำรวจปัญหาความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงาน กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ</p>	<p>1. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึก วิตกกังวลเกี่ยวกับปัญหาที่ตนเอง ประสบอยู่ขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงาน กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ โดย แสดงความรู้สึกที่เป็นความวิตกกังวลจากภาพที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ดู</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาสำรวจปัญหาความ วิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงาน กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ โดยจัดลำดับ ความสำคัญของปัญหา ก่อน-หลัง โดยพิจารณาพฤติกรรม ของตนเองตามความเป็นจริงและ รับรู้พฤติกรรมเกี่ยวกับการที่เตรียม ออกปฏิบัติงาน กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ</p> <p>3. ผู้ให้คำปรึกษาให้การบ้าน สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเตรียม เสนอปัญหาความวิตกกังวลของ ตนเองในการที่เตรียมออกปฏิบัติงาน กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ใน ครั้งต่อไป</p> <p>4. ผู้ให้คำปรึกษานำกลุ่มสรุปการ ให้คำปรึกษาร่วมกันและนัดหมาย ให้คำปรึกษาครั้งต่อไป</p>

หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p>กิจกรรมครั้งที่ 4</p> <p>สำรวจปัญหาความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงานที่ กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา ระบายความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงานที่ กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ และได้รับกำลังใจว่าตนสามารถลดความวิตกกังวลได้</li> <li>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา ตระหนักถึงความสำคัญของ ปัญหา</li> <li>3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา ได้มีโอกาสสำรวจปัญหาความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงานที่ กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ 3</li> <li>2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเสนอปัญหาความวิตกกังวลของตนเองในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานที่ กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ และเพื่อให้ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหา ผู้ให้คำปรึกษาจึงให้ทำกิจกรรม “คู่มือเสนอ” จากนั้นกระตุ้นให้มีการซักถามและร่วมคิดแก้ปัญหาในเรื่องนั้น โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม</li> <li>3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาสรุปปัญหาความวิตกกังวลของตนเองในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานที่ กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ และให้นำเสนออีกในครั้งต่อไปเพื่อหาแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานที่ กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ</li> <li>4. ผู้ให้คำปรึกษานำกลุ่มสรุปการให้คำปรึกษาร่วมกันและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป</li> </ol>

หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p><b>กิจกรรมครั้งที่ 5-7</b></p> <p><b>กิจกรรมครั้งที่ 5</b></p> <p>การวางแผนในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุและสร้างข้อผูกพันหรือสัญญา</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ค้นหาและพิจารณาแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ</li> <li>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและวางเป้าหมายในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ของตนเองได้อย่างเหมาะสม</li> <li>3. เพื่อผู้ฝึกสอนให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติตามแผนการที่ตนเองกำหนดไว้</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ 4</li> <li>2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษานำปัญหาความวิตกกังวลของตนเองในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุมาเสนอเพื่อสำรวจหาแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ โดยพิจารณาตามลำดับขั้นตอนการลดความวิตกกังวลแบบ WDEP และกำหนดแผนที่จะปฏิบัติในรูปของสัญญา โดยแผนนั้นต้องสามารถปฏิบัติได้จริงและเหมาะสมโดยทำกิจกรรม “สมุดบันทึกเล่มหนึ่ง”</li> <li>3. ผู้ให้คำปรึกษานำกลุ่มสรุปการให้คำปรึกษาร่วมกันและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป</li> </ol>

หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p>กิจกรรมครั้งที่ 6</p> <p>การวางแผนในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุและสร้างข้อผูกพันหรือสัญญา</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ค้นหาและพิจารณาแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ</li> <li>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและวางเป้าหมายในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ของตนเองได้อย่างเหมาะสม</li> <li>3. เพื่อผู้บังคับให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติตามแผนการที่ตนเองกำหนดไว้</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ 5 และแจกสมุดประจำตัวให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาคนละ 1 เล่มเพื่อบันทึกข้อผูกพันหรือสัญญา</li> <li>2. ผู้ให้คำปรึกษาสร้างข้อผูกพันหรือสัญญากับสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาว่าจะลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หรือลดสิ่งที่ไม่ก่อให้เกิดปัญหาหรืออุปสรรคในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ โดยเขียนข้อความสัญญาว่าลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ดังกล่าวลงในสมุดประจำตัวที่ผู้ให้คำปรึกษาแจกให้</li> <li>3. ผู้ให้คำปรึกษาฝึกให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาวางเป้าหมายเพื่อเข้าใจเป้าหมายในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ของตนเองได้อย่างเหมาะสม โดยฝึกให้วางแผนจัดตารางเวลาเป็นสัปดาห์ลงในแบบฟอร์มที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดให้</li> <li>4. ผู้ให้คำปรึกษาให้การบ้านสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาบันทึกสิ่งที่ทำให้เกิดอุปสรรคหรือไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ในแบบฟอร์มที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดให้และนำเสนอในครั้งต่อไป</li> </ol>

หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
		5. ผู้ให้คำปรึกษานำกลุ่มสรุปการให้คำปรึกษาร่วมกันและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป
<p>กิจกรรมครั้งที่ 7</p> <p>การวางแผนในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุและสร้างข้อผูกพันหรือสัญญา</p>	<p>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ค้นหาและพิจารณาแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและวางเป้าหมายในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ของตนเอง ได้อย่างเหมาะสม</p> <p>3. เพื่อสร้างพันธะสัญญาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติตามแผนการที่ตนเองกำหนดไว้</p>	<p>1. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ 6</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษานำการบ้านบันทึกสิ่งที่ทำให้เกิดอุปสรรคหรือไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้มานำเสนอต่อสมาชิกกลุ่มเพื่อหาสาเหตุที่ทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หรือสิ่งที่ก่อให้เกิดปัญหาด้านความวิตกกังวลหรืออุปสรรคในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ</p> <p>3. ให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเรียงลำดับความสำคัญของปัญหาจากง่ายที่สุดไปยากที่สุดและประเมินว่าจะอะไรสามารถทำได้ก่อน</p> <p>4. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทำสัญญาว่าจะอะไรที่ทำได้หรือทำไม่ได้ลงในสมุดประจำตัวแต่ละคน</p> <p>5. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปกลุ่มและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป</p>

หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p>กิจกรรมครั้งที่ 8</p> <p>ประเมินผล</p> <p>พฤติกรรม</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้พิจารณาและประเมินผลพฤติกรรมของตนในสัปดาห์ที่ผ่านมา</li> <li>2. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา</li> <li>3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ปรับปรุงแผนลดความวิตกกังวลการที่เตรียมออกปฏิบัติงานด้วย ณ จุดเกิดเหตุ</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ 7</li> <li>2. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาให้ร่วมกันประเมินและติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการที่กำหนดตามข้อผูกพันของตนในการที่เตรียมออกปฏิบัติงาน ณ จุดเกิดเหตุของสัปดาห์ที่ผ่านมา</li> <li>3. ผู้ให้คำปรึกษาชมเชยเมื่อสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาสามารถลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงาน ณ จุดเกิดเหตุลงได้ แต่ถ้าสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติไม่ได้จะให้กำลังใจ ช่วยให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาปรับปรุงแก้ไขด้วยตนเองต่อไป</li> <li>4. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาสรุปกลุ่มการให้คำปรึกษาร่วมกับและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป</li> </ol>

หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p>กิจกรรมครั้งที่ 9</p> <p>ประเมินการเกิด</p> <p>ปัญหาการวาง</p> <p>เป้าหมาย และ</p> <p>การแก้ไขปัญหา</p>	<p>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา</p> <p>เข้าใจและวางเป้าหมายของตนเอง</p> <p>ได้อย่างเหมาะสม</p> <p>2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา</p> <p>เข้าใจถึงปัญหาและสามารถแก้ไข</p> <p>ปัญหาได้อย่างเหมาะสม</p>	<p>1. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่ม</p> <p>ผู้รับคำปรึกษาทบทวนกิจกรรมใน</p> <p>ครั้งที่ 8</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่ม</p> <p>ผู้รับคำปรึกษาอภิปรายถาวร</p> <p>วางเป้าหมายระยะสั้นที่ผู้รับ</p> <p>คำปรึกษาได้ไปปฏิบัติในกิจกรรม</p> <p>ครั้งที่ 5-8</p> <p>3. ผู้ให้คำปรึกษาฝึกให้สมาชิกกลุ่ม</p> <p>ผู้รับคำปรึกษาวางแผนจัด</p> <p>ตารางเวลาตามความคิดของตนโดย</p> <p>วางแผนการจัดกิจกรรมเป็นสัปดาห์</p> <p>และบันทึกสิ่งที่ทำให้เกิดอุปสรรค</p> <p>หรือไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้</p> <p>และกำหนดการแก้ไขไว้ล่วงหน้า</p> <p>4. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่ม</p> <p>ผู้รับคำปรึกษาสรุปกลุ่มการให้</p> <p>คำปรึกษาร่วมกับและนัดหมายให้</p> <p>คำปรึกษาครั้งต่อไป</p>

หัวข้อเรื่อง	วัตถุประสงค์	วิธีดำเนินการ
<p>กิจกรรมครั้งที่ 10</p> <p>ยุติการปรึกษาและ</p> <p>ปัจฉิมนิเทศ</p>	<p>1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาบอกระยะ โยชน์ของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริงและนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเองได้</p> <p>2. เพื่อประเมินผลจากการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง</p>	<p>1. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันทบทวนติดตามผลกิจกรรมครั้งที่ 1-9 ที่ผ่านมาและเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มซักถามข้อสงสัย และผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณสมาชิก</p> <p>2. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปผลการเข้าร่วม โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงต่อการลดความวิตกกังวลในการปฏิบัติงาน ณ จุดเกิดเหตุของหน่วยกู้ภัย</p> <p>3. สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาประเมินผลการเปลี่ยนแปลงของตนเองภายหลังเข้าร่วม โปรแกรม</p> <p>4. สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทำแบบวัดระดับความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงาน ณ จุดเกิดเหตุ</p>

## โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงต่อความวิตกกังวลในการ ปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ของพนักงานหน่วยกู้ภัย

### กิจกรรมครั้งที่ 1

ปฐมนิเทศและสร้างสัมพันธ์ภาพ

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธ์ภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์ วิธีการและบทบาท

คำปรึกษา กระบวนการให้คำปรึกษา ตลอดจนช่วงเวลา ระยะเวลาที่เข้าร่วม โปรแกรมการให้  
คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงต่อความวิตกกังวลของพนักงานหน่วยกู้ภัยที่เตรียมออก  
ปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุกำหนดการทดลองครั้งที่ 1-10 รวมทั้งสถานที่และเวลาในการทดลอง

3. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัย  
ได้รู้จักกัน มีความคุ้นเคยเป็นกันเอง ไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษา

ระยะเวลา 60-90 นาที

#### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวต้อนรับและทักทายสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาร่วมกับแนะนำ  
ตนเองและให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้แนะนำตนเอง
2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์  
วิธีการของกรเข้าร่วมโปรแกรมการทดลองศึกษาและข้อปฏิบัติของกลุ่ม บทบาทของสมาชิกกลุ่ม  
ผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษารวมทั้งประโยชน์ที่เขาจะได้รับ รวมถึงกำหนดการทดลองทั้ง  
10 ครั้ง เป็นระยะเวลา 5 สัปดาห์ ๆ ละ 2 วัน โดยจัดทุกวันศุกร์และวันอาทิตย์ เวลา 17.00-18.30 น.  
ณ ห้องให้คำปรึกษา คลินิกจิตแจ่มใส ศูนย์วิทยาศาสตร์สุขภาพโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยบูรพา
3. ผู้ให้คำปรึกษาเปิด โอกาสให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ซักถามเกี่ยวกับรายละเอียด  
ที่ได้ชี้แจง
4. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทำกิจกรรม “นี่แหละฉัน” โดยผู้ให้  
คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้นึกถึงสิ่งที่เหมือนหรือคล้ายตนเองมากที่สุด เลือกลมา  
1 อย่าง จากนั้นให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาพูดเกี่ยวกับสิ่งที่นึกถึงนั้นว่า สิ่งที่คุณเลือกนั้นคืออะไร  
และเปรียบตัวเรากับสิ่งนั้นว่าเป็นอย่างไรเพื่อให้สมาชิกกลุ่มรู้จักกันมากขึ้น

5. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปกลุ่มการให้คำปรึกษาร่วมกับสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

#### การประเมินผล

สังเกตความตั้งใจในการรับฟังข้อปฏิบัติ การซักถาม การให้ความร่วมมือ และสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา

### กิจกรรมครั้งที่ 2

สร้างสัมพันธภาพ

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา
  2. เพื่อสร้างบรรยากาศให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกร่วมกันปลอดภัยกับคุ้นเคยเป็นกันเอง ไว้วางใจผู้ให้คำปรึกษาและได้รับกำลังใจว่าตนสามารถลดความวิตกกังวลได้
- ระยะเวลา 60-90 นาที

#### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้มีสัมพันธภาพกันระหว่างสมาชิกในกลุ่มและสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาโดยการให้สมาชิกสนทนาในเรื่องทั่ว ๆ ไป
2. ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทราบและเข้าใจวัตถุประสงค์วิธีการของการเข้าร่วม โปรแกรมและข้อตกลงอีกครั้ง
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ทำกิจกรรม “สิ่งใดคู่กันก็ได้บ้าง” โดยผู้ให้คำปรึกษากล่าวถึงการสนทนาครั้งที่ผ่านมาที่สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้เลือกสิ่งของ จากนั้นให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาจับคู่กันตามความต้องการตามสิ่งของที่ตนเลือก “สิ่งใดคู่กันก็ได้บ้าง” ใครจะคู่กับใครก็ได้
4. เมื่อสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้จับคู่กันแล้วให้นำเสนอว่าสิ่งของคู่กัน คู่กันได้อย่างไรและสิ่งนั้นคืออะไร โดยผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้พูดแสดงความคิดเห็นจากประสบการณ์ รวมถึงการระบายความรู้สึกในการที่เตรียมตัวออก ปฏิบัติงาน ณ จุดเกิดเหตุ โดยเล่าเรื่อง “เรื่องเล่าชาวกู้ภัย” ให้สมาชิกในกลุ่มฟังซึ่งเป็นการพูดถึงประสบการณ์การทำงานกู้ภัยของตนเองรวมทั้งแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของเพื่อนสมาชิกภายในกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเพื่อสร้างความรู้จักและคุ้นเคยกันมากขึ้น

5. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้ให้คำปรึกษาสรุปกลุ่มการให้คำปรึกษาและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

#### การประเมินผล

สังเกตความสนใจในเข้าร่วมกลุ่มและการให้ความร่วมมือของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา และ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาด้วยกัน

### กิจกรรมครั้งที่ 3-4

#### กิจกรรมครั้งที่ 3

สำรวจปัญหาความวิตกกังวลด้านการปฏิบัติงานกุ่ม ก ข จุดเกิดเหตุ

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาระบายความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกุ่ม ก ข จุดเกิดเหตุ และได้รับกำลังใจว่าตนสามารถลดความวิตกกังวลได้
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกุ่ม ก ข จุดเกิดเหตุ
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสสำรวจปัญหาความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกุ่ม ก ข จุดเกิดเหตุ

ระยะเวลา 60-90 นาที

#### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและเปิด โอกาสให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาที่ตนเองประสบอยู่ขณะที่เตรียมออกปฏิบัติงานกุ่ม ก ข จุดเกิดเหตุ โดยแสดงความรู้สึกจากภาพที่ผู้ให้คำปรึกษาให้ดู ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาแสดงภาพการทำงานของหน่วยกุ่มหลาย ๆ หน่วยงาน ในขณะที่ปฏิบัติงานกุ่มในเหตุการณ์ต่าง ๆ จากนั้นให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนเลือกและบรรยายเกี่ยวกับภาพและเหตุการณ์นั้น ๆ
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้บรรยาย หากเปรียบเทียบผู้รับคำปรึกษาเป็นบุคคลภายในภาพนั้น ๆ จะเป็นอย่างไรและมีอะไรบ้างที่มีผลทำให้เกิดความวิตกกังวลในขณะนั้น โดยเน้นให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ระบายความรู้สึกเกี่ยวกับปัญหาความวิตกกังวลที่ตนเองประสบอยู่
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาสำรวจปัญหาความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกุ่ม ก ข จุดเกิดเหตุ โดยจัดลำดับความสำคัญของปัญหา ก่อน-หลัง โดย

พิจารณาพฤติกรรมของตนเองตามความเป็นจริงและรับรู้พฤติกรรมเกี่ยวกับการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ซึ่งกล่าวถึงความต้องการพื้นฐาน 5 ประการ ได้แก่ ความต้องการการอยู่รอด ความต้องการความรักและการรู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง ความต้องการอำนาจ ความต้องการเป็นอิสระและความต้องการความสนุกสนาน โดยพิจารณาพฤติกรรมของตนเองตามความเป็นจริง รวมทั้งการยอมรับและรับรู้พฤติกรรมเกี่ยวกับความวิตกกังวลที่ตนประสบ และให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเสนอปัญหาของตนโดยใช้กระบวนการ WDEP ดังต่อไปนี้

**ความต้องการ (Want: W)** ผู้ให้คำปรึกษาทำการถามว่า “คุณต้องการอะไร” ด้วยการถามอย่างมีทักษะเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษามองเห็น กำหนดและปรับปรุงความต้องการที่ต้องตอบสนอง การถามเช่นนี้เป็นรากฐานสำคัญของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา รู้ถึงความต้องการและประเมินได้ว่าพฤติกรรมของตนจะนำไปสู่ทิศทางที่ต้องการหรือไม่

**การกระทำและทิศทาง (Doing and Direction: D)** เมื่อสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา ได้สำรวจโลกในอุดมคติและความต้องการ ผู้ให้คำปรึกษาจะถามว่าทางเลือกของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาจะนำไปสู่สิ่งที่ต้องการหรือไม่ และทิศทางที่เลือกจะเป็นประโยชน์กับสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาหรือไม่

**การประเมินตนเอง (Self Evaluation: E)** ผู้ให้คำปรึกษาดึงพาสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเผชิญกับผลกระทบของพฤติกรรมเพื่อตัดสินใจคุณภาพของการกระทำ การประเมินตนเองเท่านั้นที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง นี่คือการให้การให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง หลังจากการประเมินแล้วสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาสามารถเข้าใจถึงสิ่งที่ทำให้เกิดความล้มเหลวและการเปลี่ยนแปลงที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ

3. ผู้ให้คำปรึกษาให้การบ้านสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเสนอปัญหาความวิตกกังวลของตนเองในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุในครั้งต่อไป

4. ผู้ให้คำปรึกษานำกลุ่มสรุปการให้คำปรึกษาร่วมกันและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

**การประเมินผล**

สังเกตความสนใจในเข้าร่วมกลุ่มและการแสดงความคิดเห็นของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา

## กิจกรรมครั้งที่ 4

สำรวจปัญหาความวิตกกังวลด้านการปฏิบัติงานกัญช ฌ จุดเกิดเหตุ

### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาระบายความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกัญช ฌ จุดเกิดเหตุ และได้รับกำลังใจว่าตนสามารถลดความวิตกกังวลได้
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความสำคัญของ ปัญหาความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกัญช ฌ จุดเกิดเหตุ
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้มีโอกาสดำรงปัญหาความวิตกกังวลด้านการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกัญช ฌ จุดเกิดเหตุ

ระยะเวลา 60-90 นาที

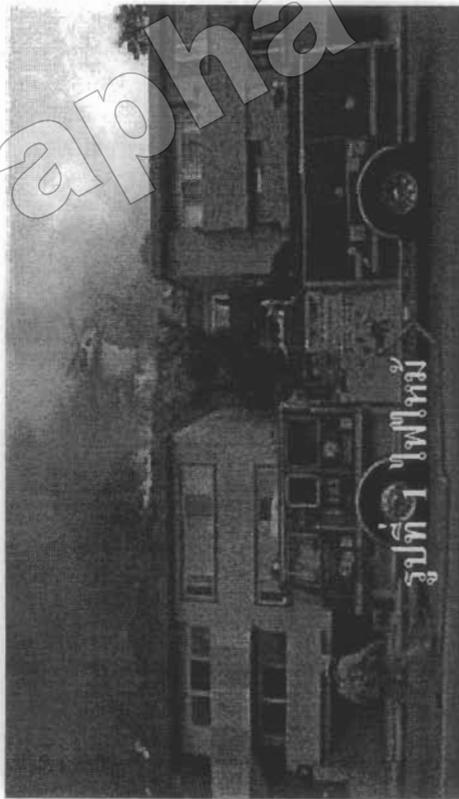
### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและนำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษานำบทกิจกรรมในครั้งนี้
2. ผู้ให้คำปรึกษานำรูปภาพที่ให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเลือกไว้เมื่อกิจกรรมที่ 3 มาแสดงอีกครั้งและให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนเสนอปัญหาความวิตกกังวลของตนเองในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกัญช ฌ จุดเกิดเหตุ จากนั้นกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาของตนเองในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกัญช ฌ จุดเกิดเหตุ โดยให้ทำกิจกรรม “คู่คิดคู่เสนอ” โดยจับคู่กันใครคู่กับใครก็ได้ หรือถ้าใครมีปัญหาที่คล้ายกันก็สามารถจับคู่กันได้ และปรึกษากันว่าถ้าปัญหาที่ประสบอยู่ไม่ได้รับการแก้ไขจะเกิดผลเสียอย่างไร แต่ถ้าได้รับการแก้ไขจะเกิดผลดีอย่างไรต่องานกัญช ฌ และนำเสนอต่อกลุ่มและกระตุ้นให้กลุ่มมีการซักถามและร่วมคิดแก้ปัญหาในเรื่องนั้น โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ดำเนินการให้คำปรึกษากลุ่ม
3. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาสรุปปัญหาความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกัญช ฌ จุดเกิดเหตุและให้นำเสนออีกในครั้งต่อไปเพื่อหาแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกัญช ฌ จุดเกิดเหตุ
4. ผู้ให้คำปรึกษานำกลุ่มสรุปการให้คำปรึกษาร่วมกันและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

### การประเมินผล

สังเกตความสนใจในเข้าร่วมกลุ่มและการแสดงความคิดเห็นของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา

รูปภาพประกอบการทำกิจกรรมครั้งที่ 3-4 ภาพแสดงการทำงานกู้ภัยของหลาย ๆ หน่วยงานและต่างสถานการณ์(1-



รูปที่ 1 ไฟไหม้



รูปที่ 2 ไฟไหม้

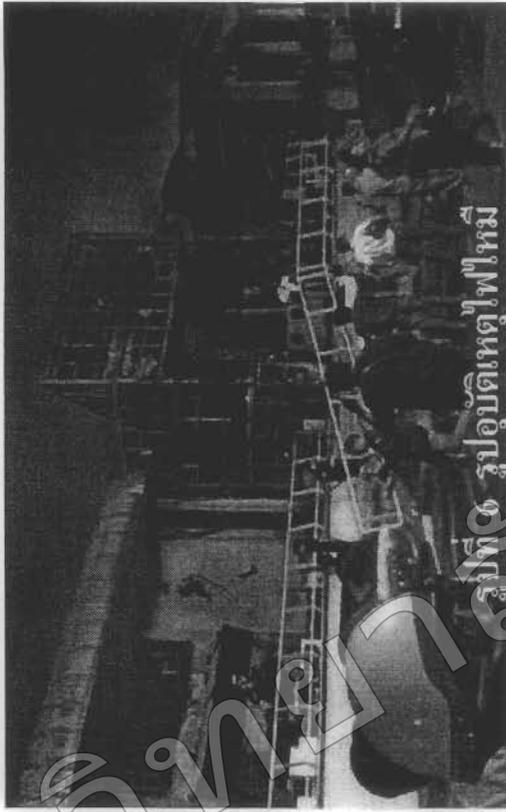


รูปที่ 3 แผ่นดินไหว

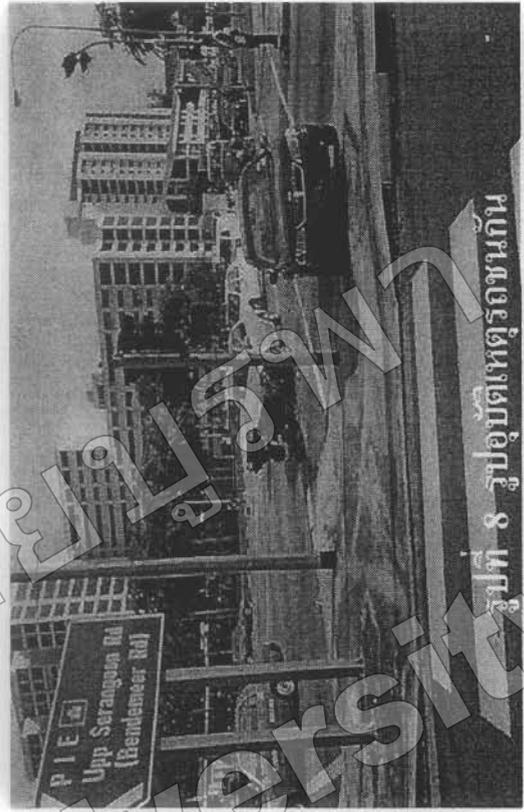


รูปที่ 4 แผ่นดินไหว

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University



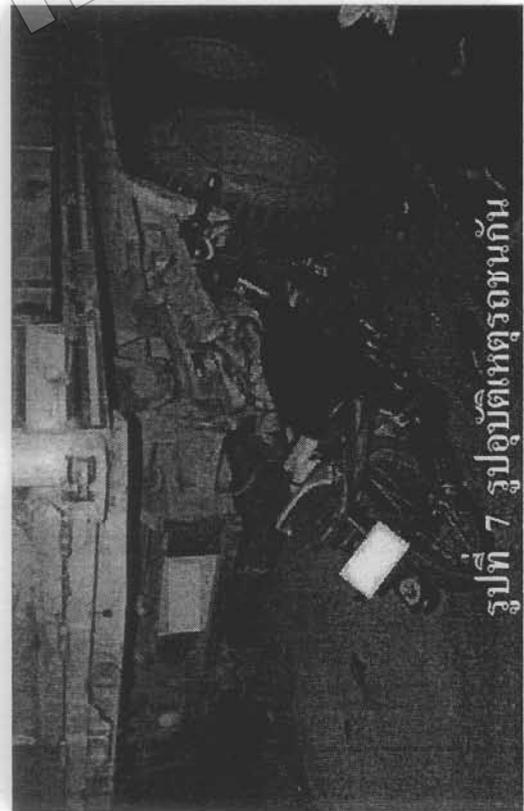
รูปที่ 6 ระเบิดเหตุไฟไหม้



รูปที่ 8 ระเบิดตึกทรุดหนัก



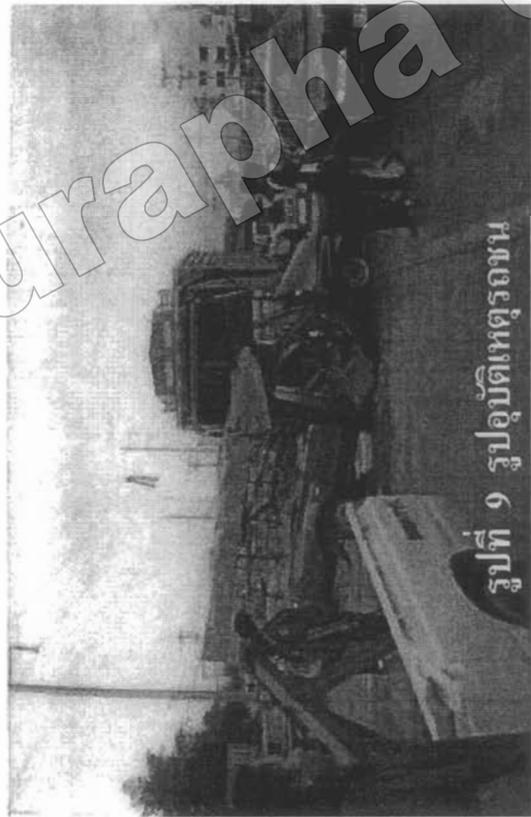
รูปที่ 5 ระเบิดตึกทรุดหนัก



รูปที่ 7 ระเบิดตึกทรุดหนัก

มหาวิทยาลัยบูรพา

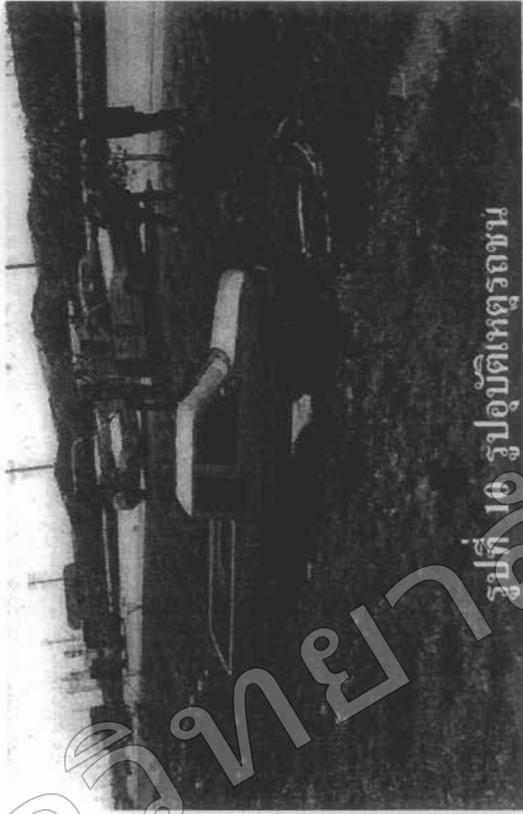
Burapha University



รูปที่ 9 รูปอับติเหตุรถถนน



รูปที่ 11 รูปอับติเหตุรถถนน



รูปที่ 10 รูปอับติเหตุรถถนน



รูปที่ 12 รูปอับติเหตุรถถนนเสาไฟฟ้า

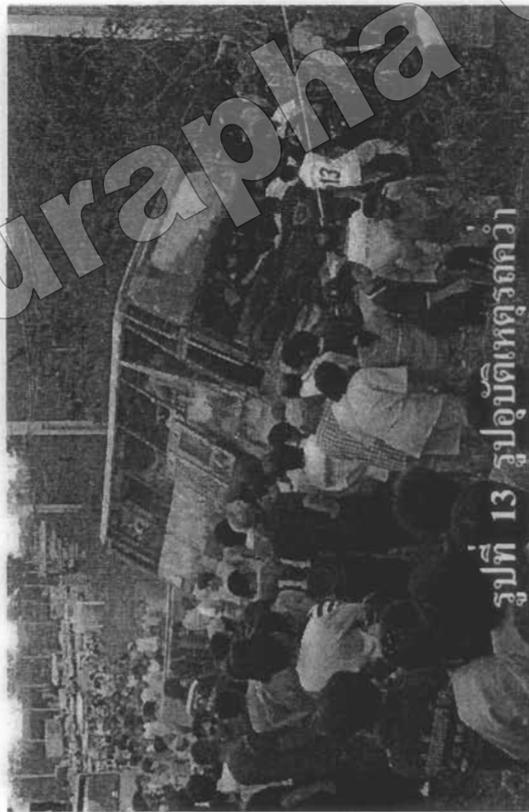
มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University



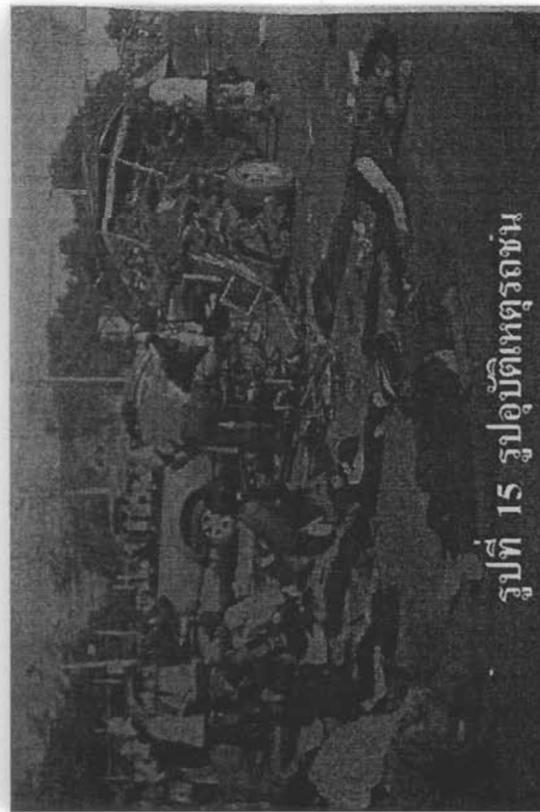
รูปที่ 14 อุบัติเหตุไฟไหม้



รูปที่ 16 อุบัติเหตุทรุดถล่ม



รูปที่ 13 อุบัติเหตุทรุดถล่ม

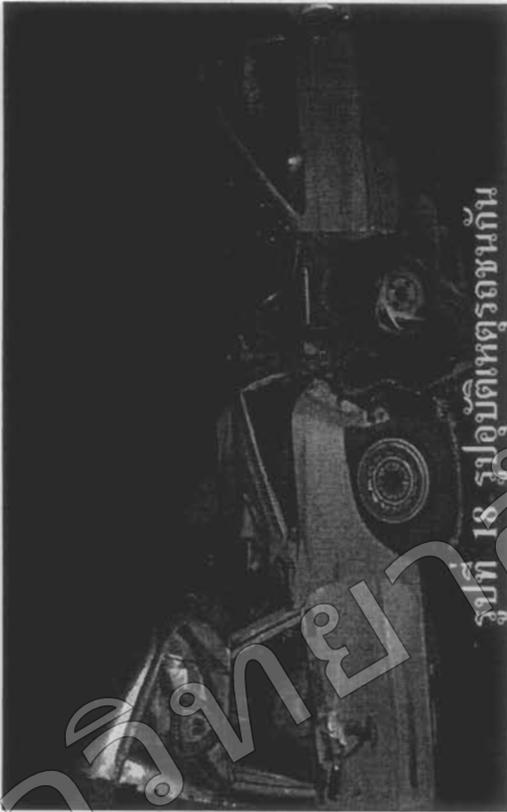


รูปที่ 15 อุบัติเหตุทรุดถล่ม

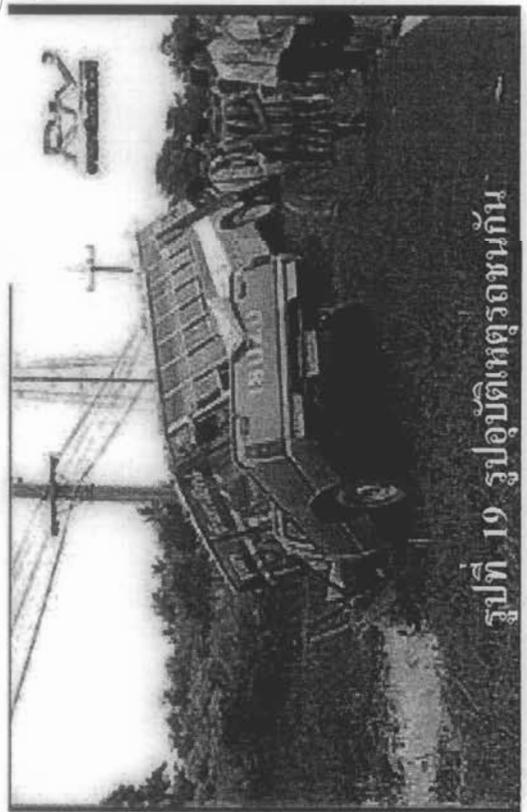
มหาวิทยาลัยบูรพา  
Burapha University



รูปที่ 17 รูปอุบัติเหตุรถชนกัน



รูปที่ 18 รูปอุบัติเหตุรถชนกัน



รูปที่ 19 รูปอุบัติเหตุรถชนกัน



รูปที่ 20 รูปอุบัติเหตุรถพลิกคว่ำ

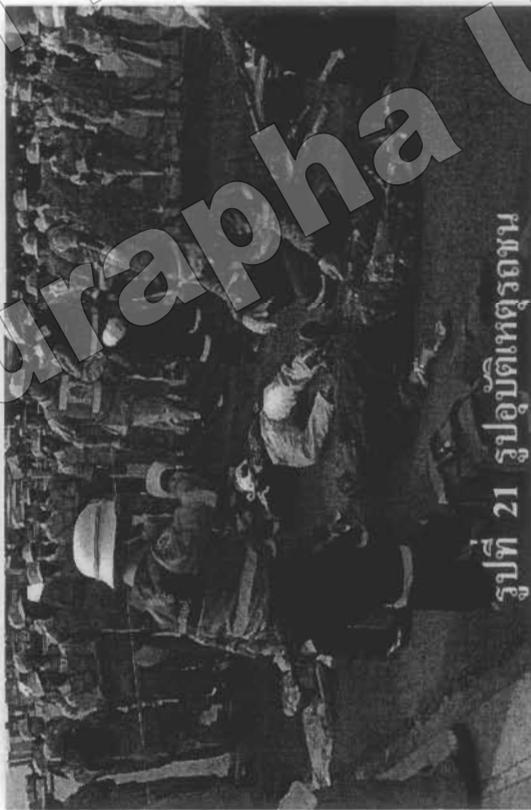
มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University



รูปที่ 20 รูปอู่บิดเบิดทรถกัน



รูปที่ 24 รูปอู่บิดเบิดรถถนนทาง

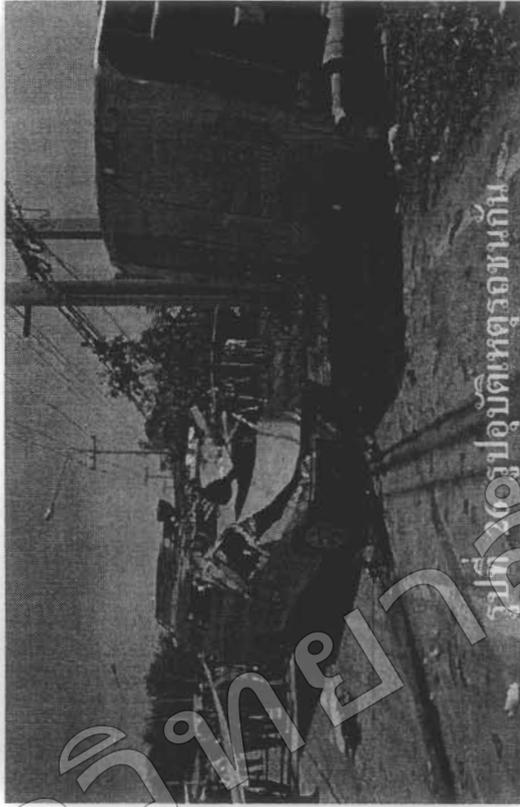


รูปที่ 21 รูปอู่บิดเบิดทรถชน



รูปที่ 23 รูปอู่บิดเบิดทรถชน

มหาวิทยาลัยบูรพา  
Burapha University



รูปที่ 26 รูปอุบัติเหตุชนกัน



รูปที่ 28 รูปอุบัติเหตุชนกัน



รูปที่ 25 รูปอุบัติเหตุชนข้างทาง



รูปที่ 27 รูปอุบัติเหตุไฟไหม้อาคาร

มหาวิทยาลัยบูรพา  
Burapha University

## กิจกรรมครั้งที่ 5-7

### กิจกรรมครั้งที่ 5

การวางแผนในการลดความวิตกกังวลในการปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุและสร้าง  
ข้อผูกพันหรือสัญญา

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ค้นหาและพิจารณาแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเข้าใจในสะพานเป้าหมายในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ของตนเองได้อย่างเหมาะสม
3. เพื่อผูกมัดให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติตามแผนการที่ตนเองกำหนดไว้

ระยะเวลา 60-90 นาที

#### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและนำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ 4
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาสำรวจแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ พิจารณาตามลำดับขั้นตอนการลดความวิตกกังวลแบบ WDEP และกำหนดแผน ที่จะปฏิบัติในรูปของสัญญา โดยแผนนั้นต้องสามารถปฏิบัติได้จริงและเหมาะสมโดยทำกิจกรรม “สมุดบันทึกเล่มหนึ่ง” ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทำกิจกรรม “สมุดบันทึกเล่มหนึ่ง” โดยนำสมุดบันทึกเล่มเปล่ามา 1 ฉบับ ยกให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา จากนั้นให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาออกประ โยชน์ของสมุดบันทึกเล่มนี้ และเปรียบเทียบการมองสมุดบันทึกกับการมองเห็นคุณค่าในตนเอง โดยใช้กระบวนการ WDEP ดังต่อไปนี้

การวางแผน (Planning: P) บทบาทของการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง คือ การช่วยสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเปลี่ยนจากทางเลือกที่นำไปสู่ความล้มเหลวเป็นทางเลือกที่นำไปสู่ความสำเร็จ เมื่อผู้รับคำปรึกษาได้ประเมินตนเองในพฤติกรรมและการตัดสินใจในการเปลี่ยนแปลง ผู้ให้คำปรึกษาต้องช่วยในการวางแผนและช่วยดำเนินการเมื่อสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาไม่สามารถทำได้ไม่ว่าใครจะเป็นผู้ริเริ่มดำเนินการแผนนั้นจะต้องสำเร็จได้ในระยะสั้นเพื่อเสริมสร้างเป้าหมายในระยะยาวของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา

การกระทำและทิศทาง (Doing and Direction: D) เมื่อสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา ได้สำรวจโลกในอุดมคติและความต้องการ ผู้ให้คำปรึกษาจะถามว่าทางเลือกของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาจะนำไปสู่สิ่งที่ต้องการหรือไม่ และทิศทางที่เลือกจะเป็นประโยชน์กับสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาหรือไม่

การประเมินตนเอง (Self Evaluation: E) ผู้ให้คำปรึกษาต้องพาสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเผชิญกับผลกระทบของพฤติกรรมเพื่อตัดสินใจในคุณภาพของการกระทำ การประเมินตนเองเท่านั้นที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง นี่คือการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง หลังจากการประเมินแล้ว สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาสามารถเข้าใจถึงสิ่งที่ทำให้เกิดความล้มเหลวและการเปลี่ยนแปลงที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ

ถ้ามีการเสนอปัญหาและแนวทางในการลดความวิตกกังวลจำนวนหลายคนให้มีการเลือกเรื่องที่เหมาะสมหรือคล้ายกันของคนใดคนหนึ่งออกมา จากนั้นกระตุ้นให้มีการซักถามและร่วมคิดแก้ปัญหาในเรื่องนั้น โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้ดำเนินกระบวนการให้คำปรึกษากลุ่ม

3. ผู้ให้คำปรึกษานำกลุ่มสรุปการให้คำปรึกษาร่วมกันและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

#### การประเมินผล

สังเกตความสนใจในเข้าร่วมกลุ่มของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา การสำรวจแนวทางแก้ปัญหาเรื่องความวิตกกังวล

#### กิจกรรมครั้งที่ 6

การวางแผนในการลดความวิตกกังวลในการปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุและสร้างข้อผูกพันหรือสัญญา

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ค้นหาและพิจารณาแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ
  2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและวางเป้าหมายในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ของตนเองได้อย่างเหมาะสม
  3. เพื่อผูกมัดให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติตามแผนการที่ตนเองกำหนดไว้
- ระยะเวลา 60-90 นาที

### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและนำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ 5 และแจกสมุดประจำตัวให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาคนละ 1 เล่ม เพื่อบันทึกข้อผูกพันหรือสัญญา

2. ผู้ให้คำปรึกษาสร้างข้อผูกพันหรือสัญญากับสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาว่าจะลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หรือลดสิ่งทำให้เกิดปัญหาหรืออุปสรรคในการเตรียมออกปฏิบัติงาน กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ โดยเขียนข้อความสัญญาว่าจะลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ดังกล่าวลงในสมุดประจำตัวที่ผู้ให้คำปรึกษาแจกให้

3. ผู้ให้คำปรึกษาฝึกให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาวางเป้าหมายเพื่อให้เข้าใจเป้าหมายในการที่เตรียมออกปฏิบัติงาน กู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ของตนเองได้อย่างเหมาะสม โดยฝึกให้วางแผน จัดตารางเวลาเป็นสัปดาห์ลงในแบบฟอร์มที่ผู้ให้คำปรึกษาจัดให้ โดยผู้ให้คำปรึกษาแจกตารางให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา พร้อมกับบันทึกสิ่งทำให้เกิดอุปสรรคหรือไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ (รูปแบบของกรณียกเว้นที่ผู้ให้คำปรึกษาจะให้กล่อง 1 ใบ พร้อมกระดาษบันทึกขนาดครึ่งหนึ่งของกระดาษ A4 เมื่อมีอุปสรรคหรือไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ให้ผู้รับคำปรึกษานำบันทึกไว้และใส่กล่องที่ให้ไป)

4. ผู้ให้คำปรึกษาให้การบ้านสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษานำบันทึกสิ่งที่ทำให้เกิดอุปสรรคหรือไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้

5. ผู้ให้คำปรึกษานำกลุ่มสรุปการให้คำปรึกษาร่วมกันและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

### การประเมินผล

สังเกตความสนใจในเข้าร่วมกลุ่มและทำกิจกรรมของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา

ตัวอย่างกระดาษบันทึกขนาดครึ่งหนึ่งของกระดาษ A4

ลำดับที่	การวางแผนและเป้าหมายเพื่อลดปัญหาและอุปสรรคในความวิตกกังวลที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ	ปัญหาและอุปสรรคที่ไม่เป็นไปตามการวางแผนและเป้าหมาย
(ตัวอย่าง) 1	(ตัวอย่าง) - สามารถใช้วิทยุสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ	(ตัวอย่าง) - จำรหัสการใช้วิทยุสื่อสารไม่ได้เพราะตื่นตื่นมากขณะออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ

กิจกรรมครั้งที่ 7

การวางแผนในการลดความวิตกกังวลในการปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุและสร้างข้อผูกพันหรือสัญญา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ค้นหาและพิจารณาแนวทางในการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและวางเป้าหมายในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ของตนเองได้อย่างเหมาะสม
3. เพื่อสร้างพันธะสัญญาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติตามแผนการที่ตนเองกำหนดไว้

ระยะเวลา 60-90 นาที

วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและนำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ 6
2. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษานำการบ้านบันทึกสิ่งที่ทำให้เกิดอุปสรรคหรือไม่เป็นตามแผนที่วางไว้มานำเสนอต่อสมาชิกกลุ่มเพื่อหาสาเหตุที่ทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์หรือสิ่งที่ก่อให้เกิดปัญหาหรืออุปสรรคในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ

3. ให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเรียงลำดับความสำคัญของปัญหาจากง่ายที่สุดไปยากที่สุดและประเมินว่าจะอะไรสามารถเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงได้ก่อน แต่ในเรื่องของการประเมินตนเองในพฤติกรรมและตัดสินใจในการเปลี่ยนแปลง ผู้ให้คำปรึกษาต้องช่วยในการวางแผนและช่วยดำเนินการเมื่อสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาไม่สามารถทำได้ ไม่ว่าจะใครจะเป็นผู้ริเริ่มดำเนินการ แผนจะต้องสำเร็จได้ในระยะสั้นเพื่อเสริมสร้างเป้าหมายในระยะยาวของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา

4. ผู้ให้คำปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทำสัญญาว่าจะอะไรที่ทำได้หรือทำไม่ได้ลงในสมุดประจำตัวแต่ละคน โดยผู้ให้คำปรึกษาสร้างข้อผูกพันหรือสัญญากับสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาว่าจะพยายามลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ถ้าสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติตามแผนไม่สำเร็จก็จะไม่ยอมรับคำแก้ตัวหรือลงโทษ แต่จะให้แนวทางหรือกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษามีกำลังใจที่จะลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกับ ณ จุดเกิดเหตุต่อไป

5. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาร่วมกันสรุปกลุ่มและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

#### การประเมินผล

สังเกตความสนใจในเข้าร่วมกลุ่มของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา การวางแผนการปฏิบัติของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและข้อผูกพันหรือสัญญาของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา

### กิจกรรมครั้งที่ 8

#### ประเมินผลพฤติกรรม

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้พิจารณาและประเมินผลพฤติกรรมของตนในสัปดาห์ที่ผ่านมา
2. เพื่อติดตามผลการปฏิบัติตามแผนของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา
3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาได้ปรับปรุงแผนลดความวิตกกังวลการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกับ ณ จุดเกิดเหตุ

ระยะเวลา 60-90 นาที

#### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและนำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ 7

2. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาให้ร่วมกันประเมินและติดตามผลการปฏิบัติตามแผนการที่กำหนดตามข้อผูกพันของคนในการที่เตรียมออกปฏิบัติงาน ณ จุดเกิดเหตุของสัปดาห์ที่ผ่านมาพฤติกรรมนั้น ๆ เหมาะสมหรือไม่

3. ผู้ให้คำปรึกษาชมเชยเมื่อสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาสามารถลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงาน ณ จุดเกิดเหตุลงได้ แต่ถ้าสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาปฏิบัติไม่ได้จะให้กำลังใจ ช่วยให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาปรับปรุงแก้ไขด้วยตนเองต่อไป

4. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาสรุปกลุ่มการให้คำปรึกษาร่วมกับและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

#### การประเมินผล

สังเกตความสนใจในเข้าร่วมกลุ่มของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและการประเมินผลพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา

#### กิจกรรมครั้งที่ 9

ประเมินการเกิดปัญหา การวางเป้าหมาย และการแก้ไขปัญหา

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเข้าใจและวางเป้าหมายของตนเองได้อย่างเหมาะสม
2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาเข้าใจถึงปัญหา สามารถแก้ไขปัญหาได้อย่าง

เหมาะสม

ระยะเวลา 60-90 นาที

#### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและนำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทบทวนกิจกรรมในครั้งที่ 8
2. ผู้ให้คำปรึกษาและสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาอภิปรายการวางเป้าหมายระยะสั้นที่ผู้รับคำปรึกษาได้ไปปฏิบัติมาในกิจกรรมครั้งที่ 5 ถึงกิจกรรมครั้งที่ 8
3. ผู้ให้คำปรึกษาฝึกให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาวางแผนจัดตารางเวลาตามความคิดของตน โดยวางแผนการจัดกิจกรรมเป็นสัปดาห์ และบันทึกสิ่งที่ทำให้เกิดอุปสรรคหรือไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้และกำหนดการแก้ไขไว้ล่วงหน้า รูปแบบของการบันทึกคือผู้ให้คำปรึกษาจะให้กระดาษบันทึกขนาดครึ่งหนึ่งของกระดาษ A4 เมื่อมีอุปสรรคหรือไม่เป็นไปตามแผนที่วางไว้ให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำพิกรษาบันทึก โดยเรียงลำดับความสำคัญของปัญหาจากง่ายที่สุดไปยากที่สุดและ

ประเมินว่าจะอะไรสามารถเปลี่ยนแปลง ปรับปรุงได้ก่อน โดยใช้ความรู้ที่ผู้ให้คำปรึกษาฝึกสอนให้ในกิจกรรมที่ผ่านมา

4. ผู้ให้คำปรึกษานำสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาสรุปกลุ่มการให้คำปรึกษาร่วมกับและนัดหมายให้คำปรึกษาครั้งต่อไป

#### การประเมินผล

สังเกตความสนใจในเข้าร่วมกลุ่มของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและประเมินการเกิดปัญหา การวางเป้าหมาย และการแก้ปัญหาของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษา

**ตัวอย่าง** การจัดการตารางเวลาเพื่อวางแผนและเป้าหมายในกรณีเตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ

ลำดับที่	แผนและเป้าหมาย	ปัญหาและอุปสรรค	แนวทางแก้ไขปัญหา
(ตัวอย่าง) 1	(ตัวอย่าง) - สามารถใช้วิทยุสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ	(ตัวอย่าง) - จährหัสการใช้วิทยุสื่อสารไม่ได้เพราะตื่นเต้นมากเกินไป ออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ	(ตัวอย่าง) - ตั้งสติ มีสมาธิในการทำงาน ถ้าจำไม่ได้จริง ๆ ให้สอบถามกับเพื่อนร่วมงานที่มีความรู้ด้านนี้มากกว่าตนเอง - ท่องจำ ทบทวนทุกวัน

#### กิจกรรมครั้งที่ 10

ยุติการปรึกษาและปัจฉิมนิเทศ

#### วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาบอกประโยชน์ของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง และนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเองได้

2. เพื่อประเมินผลจากการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง

ระยะเวลา 60-90 นาที

### วิธีดำเนินการ

1. ผู้ให้คำปรึกษากล่าวทักทายสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและร่วมกันทบทวนคิดตามผลกิจกรรมครั้งที่ 1-9 ที่ผ่านมาและเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มซักถามข้อสงสัย และผู้ให้คำปรึกษากล่าวขอบคุณสมาชิก

2. ผู้ให้คำปรึกษาสรุปผลการเข้าร่วม โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงต่อการลดความวิตกกังวลในการปฏิบัติงาน ณ จุดเกิดเหตุของหน่วยกู้ภัย

3. สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาประเมินผลการเปลี่ยนแปลงของตนเองภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมและหลังจากนั้นผู้ให้คำปรึกษาให้กำลังใจและกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษามีความมั่นใจ รู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และภาคภูมิใจที่จะปฏิบัติหน้าที่รับใช้สังคมต่อไป

4. สมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาทำแบบวัดระดับความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงาน ณ จุดเกิดเหตุ  
การประเมินผล

สังเกตความสนใจในเข้าร่วมกลุ่มของสมาชิกกลุ่มผู้รับคำปรึกษาและผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงต่อการลดความวิตกกังวลในการปฏิบัติงาน ณ จุดเกิดเหตุของหน่วยกู้ภัย

ภาคผนวก ง

- การพื้กษัณสิหรืกลุ่มตัวอย่าง
- โบนินยอมเข้าร่วมวิจัย

มหาวิทยาลัยบูรพา  
Burapha University



## ข้อมูลสำหรับพนักงานหน่วยกู้ภัยที่เข้าร่วมในการวิจัย

การวิจัยเรื่อง: ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ต่อความวิตกกังวลของพนักงาน  
หน่วยกู้ภัยที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ

เรียน พนักงานหน่วยกู้ภัย ที่เข้าร่วมในการวิจัยครั้งนี้

ท่านเป็นบุคคลหนึ่งที่ได้รับการสุ่มเลือกให้เข้าร่วมในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ก่อนที่ท่าน  
ตกลงเข้าร่วมการศึกษาวิจัย ขอเรียนให้ท่านทราบถึงเหตุผลและรายละเอียดของการศึกษาวิจัย  
ในครั้งนี้

ระบบบริการการแพทย์ฉุกเฉินของประเทศไทยในขณะนี้ประสบปัญหาอุปสรรค  
หลายประการทั้งด้านบริหารและการจัดบริการ เช่น ไม่มีการจัดตั้งระบบบริการการแพทย์ฉุกเฉิน  
ขึ้นอย่างเป็นระบบ ขาดบุคลากรปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่องตามความจำเป็นที่ต่อบริการ 24 ชั่วโมง  
เพราะไม่มีแรงจูงใจเกี่ยวกับผลตอบแทนด้านการเงินที่สูงพอ จึงทำให้มีการบริการอยู่ในพื้นที่จำกัด  
และในบางกรณีเกิดการล่าช้าในการทำงานซึ่งทำให้ต้องสูญเสียทรัพยากรโดยไม่จำเป็น เพราะ  
ขาดการประสานงานระหว่างหน่วยที่ให้บริการและการไม่มีระบบศูนย์รวมข้อมูลที่ดี ปัญหา  
การให้บริการที่อาจไม่ได้มาตรฐานทำให้ผู้บาดเจ็บอาจได้รับความเสียหายมากขึ้น จากปัญหา  
ที่กล่าวมาข้างต้นเกิดผลกระทบ โดยตรงกับพนักงานหน่วยกู้ภัยที่ออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ  
ส่งผลทำให้เกิดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุได้ โดยความวิตก  
กังวลนั้นเป็นอารมณ์ชนิดหนึ่งประกอบด้วยความรู้สึกไม่มีความสุข ไม่สบายใจ หวาดหวั่นและ  
ความรู้สึกกลัวที่อยู่ลึก ๆ กังวลอึดอัดใจถึงสิ่งที่ไม่ดี หรืออันตรายที่จะเกิดขึ้น ซึ่งจะทำการ  
ปฏิบัติงานมีประสิทธิภาพลดลงได้เป็นต้น

ดังนั้น เพื่อการลดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ ผู้วิจัย  
จึงได้นำวิธีการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง มาใช้กับพนักงานหน่วยกู้ภัย โดยมุ่งเน้น  
ให้พนักงานหน่วยกู้ภัยที่มีความวิตกกังวลสามารถรับรู้สถานการณ์และเหตุการณ์ที่ถูกต้องตาม  
มีความมั่นใจในการเผชิญกับสถานการณ์และสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองและมีวิธีการ  
กำหนดทิศทางในชีวิตของตนเองได้โดยปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับตนเอง สสำรวจพฤติกรรมและ  
ปรับพฤติกรรมการทำงานที่เหมาะสม เกิดการรับรู้และเปลี่ยนแปลง นำไปสู่การพัฒนาความพร้อม  
ต่อการปฏิบัติงาน

ในการวิจัยนี้จะ ได้ศึกษาตั้งแต่การวัดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ โดยเปรียบเทียบระหว่างวิธีการทดลอง กับระยะเวลาการทดลอง พนักงานหน่วยกู้ภัย ที่ร่วมการศึกษาวิจัยและพนักงานหน่วยกู้ภัยทั่วไป

เมื่อท่านได้ตัดสินใจเข้าร่วมในการศึกษาครั้งนี้ ท่านจะได้รับการสนทนาคณะแบบการให้ คำปรึกษาแก่กลุ่มที่ผู้วิจัยจัดทำตามทฤษฎีเผชิญความจริง

ระยะเวลาที่ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากท่าน ทั้งการสนทนาคณะแบบวัดความวิตกกังวลในการที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุงาน จะใช้เวลาประมาณ 60-90 นาที ต่อครั้ง สัปดาห์ละ 2 ครั้ง จำนวน 10 ครั้ง การเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบวัด จะดำเนินการ 3 ครั้ง คือ เก็บคะแนนจากการตอบแบบวัดก่อนการทดลอง ระยะเวลาหลังการทดลอง และระยะติดตามผลการทดลอง

จะไม่มีความเสี่ยงใด ๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นกับท่านจากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ การเข้าร่วม การศึกษานี้ เป็นไปโดยสมัครใจ ท่านอาจจะปฏิเสธที่จะเข้าร่วม หรือถอนตัวจากการศึกษานี้ ได้ทุกเมื่อ

**ประการสำคัญที่ท่านควรทราบคือ**

ผลของการศึกษานี้ จะใช้สำหรับวัตถุประสงค์ทางวิชาการเท่านั้น โดยข้อมูลต่าง ๆ จะถูกเก็บไว้ในคอมพิวเตอร์ และไม่มีการเผยแพร่สู่สาธารณชน ขอรับรองว่าจะไม่มีการเปิดเผย ชื่อของท่าน

หากท่านมีปัญหาหรือข้อสงสัยประการใด สามารถสอบถามได้โดยตรงจากผู้วิจัย ที่ไปร่วมเก็บรวบรวมข้อมูลในวันทำการเก็บรวบรวมข้อมูล หรือสามารถติดต่อสอบถามได้ ตลอดเวลาที่

ชื่อ...นางวันวิสาข์ หยกสิทธิชัยกุล .....โทรศัพท์.....

หรือ

ชื่อ.....โทรศัพท์.....

ที่อยู่...12 ซ.5 ถ.เปรมใจราษฎร์ ต.เหมือง อ.เมือง จ.ชลบุรี 20130.....

ผู้วิจัยขอขอบคุณท่านเป็นอย่างยิ่ง ในความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้

ผู้วิจัย



## ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง ผลการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ต่อความวิตกกังวลของพนักงานหน่วยกู้ภัยที่เตรียมออกปฏิบัติงานกู้ภัย ณ จุดเกิดเหตุ

วันให้คำยินยอม วันที่ ..... เดือน ..... พ.ศ. ....

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดและมีความเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผยในภาพรวมที่เป็น  
การสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย

(.....นางวันวิสาข์ หยกสิทธิชัยกุล.....)

-2-

ในกรณีที่ผู้ถูกทดลองยังไม่บรรลุนิติภาวะ จะต้องได้รับการยินยอมจากผู้ปกครอง  
หรือผู้แทน โดยชอบด้วยกฎหมาย

ลงนาม.....ผู้ปกครอง/  
ผู้แทน โดยชอบด้วยกฎหมาย  
(.....)  
ลงนาม.....พยาน  
(.....)  
ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย  
(.....)

มหาวิทยาลัยบูรพา  
Burapha University